

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Bersumber pada hasil dan pembahasan mengenai gambaran pola makan pada remaja penderita gastritis di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka tahun 2021, bisa ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka, didapatkan gambaran responden berdasarkan usia bahwa responden berusia 18-25 tahun. Responden yang banyak mengalami kejadian gastritis/maag berusia 21 tahun berjumlah 19 (26%) serta yang paling sedikit usia 25 tahun sebanyak 3 responden (4%). Berdasarkan jenis kelamin mayoritas berjenis kelamin perempuan berjumlah 46 responden dengan persentase (64%), dan laki-laki berjumlah 26 responden (36%).
2. Berdasarkan gambaran pola makan pada remaja penderita gastritis di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka, bahwa responden yang mempunyai pola makan baik berjumlah 8 responden (11%), cukup sebanyak 47 responden (65%), dan kurang sebanyak 17 responden (24%). Pola makan pada remaja masih terbilang cukup tetapi masih harus ada peningkatan pola makan karena jumlah responden dengan pola makan baik masih kalah banyak dari responden dengan pola makan cukup dan kurang.
3. Berdasarkan gambaran frekuensi makan pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka didapatkan frekuensi makan kurang sebanyak 21 responden (29%), cukup sejumlah 37 (51%), serta baik sebanyak 14 responden (19%).
4. Berdasarkan gambaran jumlah/porsi makan pada remaja penderita gastritis di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka didapatkan kriteria baik sejumlah 9 responden (13%), cukup berjumlah 37 responden (51%), serta kurang berjumlah 26 responden (36%).
5. Berdasarkan gambaran jenis makanan pada remaja penderita gastritis di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka, diperoleh kriteria baik sejumlah 6 responden (8%), cukup berjumlah 43 (60%), serta kurang berjumlah 23 responden (32%).

6. Berdasarkan gambaran Gejala pada remaja penderita gastritis di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka, kategori sering kambuh berjumlah 12 dengan persentase (17%), kadang-kadang berjumlah 52 responden (72%) dan hampir tidak kambuh berjumlah 8 responden (11%).

5.2 Saran

Bersumber pada simpulan diatas dapat diajukan anjuran sebagai berikut:

- a. Bagi penderita Gastritis dan Masyarakat
Diharuskan bagi penderita gastritis/maag dan masyarakat umum agar tetap menjaga pola makan yang baik serta benar secara disiplin dengan menjaga asupan makanan yang cukup dan menghindari makanan yang dapat memicu terjadinya gastritis.
- b. Bagi Institusi Pendidikan
Memberikan pembelajaran mengenai penyakit gastritis serta kesehatan gizi seimbang, misalkan menggunakan sebuah pemasangan poster yang unik, majalah dinding mengenai pola makan. Dan hasilnya bisa menaikkan wawasan mengenai pencegahan serta pengendalian penyakit tersebut.
- c. Bagi Tenaga Kesehatan.
Disarankan bagi tenaga kesehatan dapat memberikan bentuk penyuluhan kepada penderita gastritis/maag mengenai pola makan yang baik dan benar, yang mana tujuannya untuk menghindari atau menurunkan angka kejadian gastritis/maag.
- d. Untuk Peneliti Selanjutnya
Hasil riset bisa dipakai sebagai informasi untuk mengembangkan penelitian berikutnya, serta sebagai bahan untuk bacaan dan dianjurkan terdapatnya tambahan teori supaya dapat menguatkan penelitian berikutnya.